台州电大2020年春季学期夏令作息时间表（国庆节前）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **时 段** | **项 目** | **新作息时间方案** |
| **早 上** | **起 床** | **6∶30** |
| 早锻炼 | 6∶45 — 7∶10 |
| 早 餐 | 6：30 |
| 早 读 | 7∶20 — 7∶50 |
| **上 午** | **预 备（量体温）** | **8：00——8：10** |
| 第一节 | 8∶10 — 8∶50 |
| 第二节 | 9：00— 9∶40 |
| 第三节 | **(教学大楼)**  10∶10 — 10∶50 |
| **(实训楼、图书综合楼、运动场馆)**  9∶50 — 10∶30 |
| 第四节 | **(教学大楼)**  11∶00 — 11∶40 |
| **(实训楼、图书综合楼、运动场馆)**  10∶30 — 11∶10 |
| **中 午** | 中 餐 | 学生首批中餐11∶10，第二批中餐11：40 |
| **下 午** | **体温检测** | **14∶00——14：10** |
| 第五节 | 14∶10 — 14∶50 |
| 第六节 | 15∶00 — 15∶40 |
| 第七节 | 15∶50 — 16∶30 |
| 课外活动 | 16∶30 — 17∶00 |
|  | 晚 餐 | 16：30 |
| **晚 上** | **体温检测** | **18∶30—18：40** |
| 第八节 | 18∶40 — 19∶15（晚自修） |
| 第九节 | 19∶25 — 20∶00（晚自修） |
| 第十节 | 20∶10 — 20∶50 |
| 学生宿舍关门 | 21:50 |
| 就寝熄灯 | 22∶30 |
| **行政班** | 上 午 | 8∶00 — 11∶30 |
| 下 午 | 14∶00 — 17∶00 |

说明：鉴于用餐情况的变化，对原作息时间进行调整：

（1）上午第一节课课前班级进行体温检测；

（2）下午除晚餐时间改为4：30开始外，其他作息时间不变；

（3）本作息时间从5月14日（周四）开始执行。

教务处、学生处、后勤处

2020年5月13日